

**HUBUNGAN MOTIVASI BERPRESTASI DAN STRES
AKADEMIK DENGAN *FLOW* AKADEMIK PADA SANTRI
TAHFIDZ**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

ZAINAB NAILA HUSNA JAMILAH

2021.60.073

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2023

**HUBUNGAN MOTIVASI BERPRESTASI DAN STRES
AKADEMIK DENGAN *FLOW* AKADEMIK PADA SANTRI
TAHFIDZ**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS
2023**

HALAMAN PENGESAHAN

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dan Diterima untuk Memenuhi
Sebagian Syarat- Syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal : 10 Maret 2013

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Muria Kudus

Dekan



(Iranita Hervi Mahardayani, S.Psi., M.Psi.)

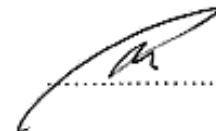
Dewan Penguji

1. Dr. Trubus Raharjo, S. Psi., M. Si.

2. Latifah Nur Ahyani, S. Psi., MA.

3. Ridwan Budi Pramono, S. Psi., MA.

Tanda Tangan



HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN MOTIVASI BERPRESTASI DAN STRES AKADEMIK
DENGAN FLOW AKADEMIK PADA SANTRI TAHFIDZ**

Dijjukan oleh:

ZAINAB NAILA HUSNA JAMILAH

NIM.2021.60.073

Telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Dr. Trubus Raharjo, S. Psi., M.Si.

Tanggal: 10 Maret 2023

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya sederhana ini saya persembahkan kepada bapak dan ibuku, Bapak Muhammad Ma'mun dan Ibu Chanifah, teladanku, Ummi Noor Ishmah dan Abuya Ulinuha Arwani, suamiku, Mohammad Yunus, dan anakku, Kavin Abdullah.



MOTTO

العالمين رب لله ومماتي ومحياي ونسكى صلاتي ان

المسلمين من وانا امرت وبذلك له لاشريك



PRAKATA

Puji syukur Penulis panjatkan Allah Subhaanahu Wa Ta'aalaa yang telah melimpahkan segala nikmat sehat lahir dan batin, sehingga Penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul "**Hubungan Motivasi Berprestasi dan Stres Akademik dengan *Flow* Akademik pada Santri Tahfidz**" dengan tepat waktu. Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini Penulis mendapatkan banyak dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ucapan Terimakasih dan Syukur kepada Allah Subahaanahu Wa Ta'ala atas nikmat dan berkah nya
2. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S. Psi, M. Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
3. Bapak Dr. Trubus Raharjo, S. Psi., M. Si. selaku dosen pembimbing yang selalu meluangkan waktu dan membimbing Penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
4. Seluruh dosen dan staff karyawan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu, motivasi dan juga teladan kepada Penulis selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
5. Terimakasih untuk keluarga kecilku, Suamiku Tercinta Mohammad Yunus dan Anakku Kavin Abdullah yang selalu memberikan semangat kepada Ibu
6. Kepada keluarga besarku, Ibuk Chanifah Ma'mun beserta Kakak Adikku
7. Kepada Abuya Ulinuha arwani, serta Ummi Noor Ishmah yang selalu menjadi teladanku
8. Untuk Pondok pesantren YQP yang telah memberikan izin tempat untuk dilakukanya penelitian dan penyebaran skala.

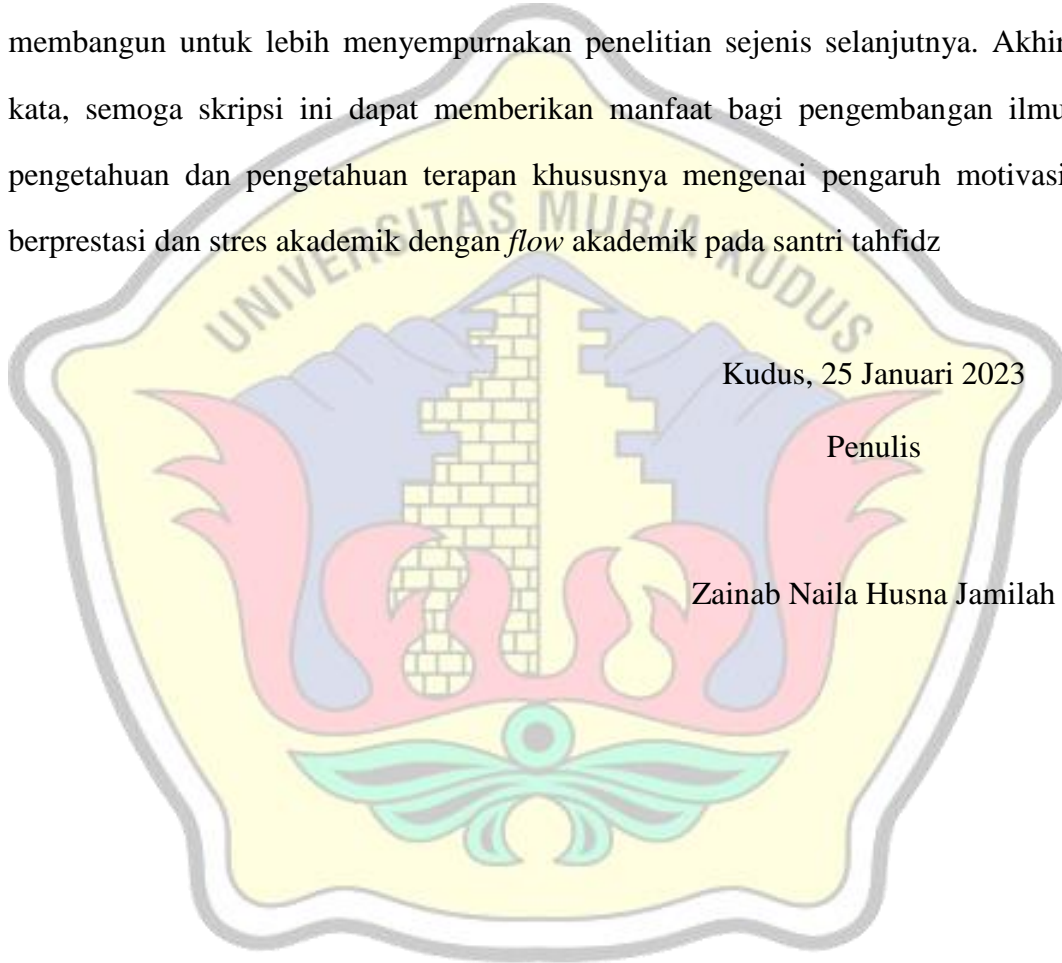
9. Untuk para santri Pondok Tahfidz YQP yang membantu penulis dalam mengisi skala
10. Seluruh pihak yang telah membantu setiap proses yang Penulis lakukan selama menyelesaikan skripsi

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam proses penyusunan skripsi ini, oleh karena itu Penulis mengharapkan saran yang bersifat membangun untuk lebih menyempurnakan penelitian sejenis selanjutnya. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan pengetahuan terapan khususnya mengenai pengaruh motivasi berprestasi dan stres akademik dengan *flow* akademik pada santri tahfidz

Kudus, 25 Januari 2023

Penulis

Zainab Naila Husna Jamilah



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	7
C. Manfaat Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis	8
BAB II LANDASAN TEORI.....	9
A. <i>Flow</i> Akademik.....	9
1. Pengertian <i>Flow</i> Akademik.....	9
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Flow</i> Akademik	9
3. Aspek-Aspek <i>Flow</i> Akademik	12
B. Motivasi Berprestasi.....	17
1. Pengertian Motivasi Berprestasi	17
2. Aspek-Aspek Motivasi Berprestasi.....	18
C. Stres Akademik	22
1. Pengertian Stres Akademik	22
2. Aspek-Aspek Stres Akademik	22
D. Dinamika Psikologis antara Motivasi Berprestasi dan Stres Akademik dengan <i>Flow</i> Akademik	25
E. Hipotesis.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29

A.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	29
B.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	29
1.	<i>Flow</i> Akademik.....	29
2.	Motivasi Berprestasi.....	30
3.	Stres Akademik.....	30
C.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
1.	Populas.....	31
4.	Pengambilan Sampel.....	31
D.	Metode Pengumpulan Data.....	32
E.	Validitas dan Reliabilitas.....	35
F.	Metode Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN.....		37
A.	Orientasi Kanchah Penelitian.....	37
B.	Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	38
1.	Persiapan Administrasi.....	38
2.	Persiapan Alat Ukur.....	38
3.	Pelaksanaan Penelitian.....	41
C.	Perhitungan Validitas dan Reabilitas.....	42
1.	Perhitungan Validitas.....	42
2.	Perhitungan Reliabilitas.....	44
D.	Analisis Data.....	45
1.	Uji Normalitas.....	45
2.	Uji Linieritas.....	46
3.	Uji Hipotesis.....	47
E.	Pembahasan.....	49
BAB V.....		54
SIMPULAN DAN SARAN.....		54
A.	Kesimpulan.....	54
B.	Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA.....		56

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blue Print <i>Flow</i> akademik	33
Tabel 3.2 Blue Print Skala Motivasi Berprestasi	34
Tabel 3.3 Blue Print Skala Stres Akademik	35
Tabel 4.1 Data Santri Tahfidz Di Pesantren YQP	37
Tabel 4.2 Blue Print Skala <i>Flow</i> Akademik	39
Tabel 4.3 Blue Print Skala Motivasi Berprestasi	40
Tabel 4.3 Blue Print Skala Stres Akademik	41
Tabel 4.4 Sebaran Item Skala <i>Flow</i> Akademik Yang Valid Dan Gugur	42
Tabel 4.5 Sebaran Item Skala Motivasi Berprestasi Yang Valid Dan Gugur	43
Tabel 4.6 Sebaran Item Skala Stres Akademik yang Valid dan Gugur	44
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas.....	46
Table 4.8 Hasil Uji Linieritas	46
Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis Mayor	47
Tabel 4.10 Hasil Analisis korelasi Motivasi Berprestasi dengan <i>Flow</i> Akademik.....	48
Tabel 4.11 Hasil Analisis korelasi Motivasi Berprestasi dengan <i>Flow</i> Akademik.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A. SKALA PENELITIAN

- A-1 Skala Penelitian Flow Akademik
- A-2 Skala Penelitian Motivasi Berprestasi
- A-3 Skala Penelitian Stres Akademik

LAMPIRAN B. Data Kasar

- B-1 Data Kasar Flow Akademik
- B-2 Data Kasar Motivasi Berprestasi
- B-3 Data Kasar Stres Akademik

LAMPIRAN C. Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas

- C-1 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Flow Akademik
- C-2 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Motivasi Berprestasi
- C-3 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Stress Akademik

LAMPIRAN D. DATA PENELITIAN FIX

- D-1 Data Penelitian Fix Flow Akademik
- D-2 Data Penelitian Fix Motivasi Berprestasi
- D-3 Data Penelitian Fix Stres Akademik
- D-4 Data Analisis Hubungan

LAMPIRAN E. UJI ASUMSI

- E-1 Uji Normalitas
- E-2 Uji Linieritas
- E-3 Uji Analisis Regresi

LAMPIRAN F. KATEGORISASI

- F-1 Kategorisasi Flow Akademik
- F-1 Kategorisasi Motivasi Berprestasi
- F-1 Kategorisasi Stres Akademik

LAMPIRAN G. SURAT IJIN PENELITIAN

LAMPIRAN H. SURAT KETERANGAN PENELITIAN

LAMPIRAN I. SCREENING JUDUL, FORM A, FORM , TURNITIN

HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BERPRESTASI DAN STRESS AKADEMIK DENGAN FLOW AKADEMIK PADA SANTRI TAHFIDZ

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara motivasi berprestasi dan stres akademik dengan *flow* akademik pada santri tahfidz. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh santri tahfidz di sebuah pondok pesantren di Kudus, sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *quota sampling* berjumlah 100 subjek. Alat pengumpul data adalah skala motivasi berprestasi, skala stress akademik dan skala *flow* akademik dengan empat alternatif jawaban. Adapun metode analisis data yang digunakan adalah regresi dua prediktor (hipotesis mayor). Hasil hipotesis mayor diperoleh koefisien r_{x1y} sebesar 0,772 dengan $p < 0,001$ yang artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara motivasi berprestasi dan stres akademik dengan *flow* akademik dengan sumbangan efektif sebesar 59,5% sehingga hipotesis mayor diterima. Hasil hipotesis minor 1 dinyatakan diterima karena besarnya koefisien antara r_{x1y} sebesar 0,638 dengan tingkat signifikansi $p < 0,01$ artinya terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara motivasi berprestasi dengan *flow* akademik dengan sumbangan efektif 40,7%. Hipotesis minor 2 juga dinyatakan diterima karena menunjukkan besarnya koefisien antara r_{x2y} sebesar -0,705 dengan signifikansi $p < 0,01$ sehingga terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara stress akademik dengan *flow* akademik serta memiliki sumbangan efektif sebesar 49,7%.

Kata Kunci: *Motivasi Berprestasi, Stres Akademik, Flow Akademik*

**RELATIONSHIP BETWEEN ACHIEVEMENT MOTIVATION
AND ACADEMIC STRESS WITH ACADEMIC FLOW IN TAHFIDZ
BOARDING SCHOOL STUDENT**

ABSTRACT

This study aims to determine empirically the relationship between achievement motivation and academic stress with academic flow in tahfidz boarding school student. The population in this study were tahfidz students at a boarding school in Kudus city, while the sampling technique used is quota sampling technique with a total of 100 subjects. Data collection tools are achievement motivation scale, academic stress scale and academic flow scale with four alternative answers. The data analysis method used is regression of two predictors (major hypothesis). The results of the major hypothesis obtained r_{x_1y} coefficient of 0.772 with p 0.000 ($p < 0.001$) which means that there is a very significant relationship between achievement motivation and academic stress with academic flow with an effective contribution of 59,5% so that the major hypothesis is accepted. The results of the minor hypothesis 1 are accepted because the coefficient between r_{x_1y} is 0.638 with a significance level of p of 0.000 ($p < 0.01$) meaning that there is a very significant positive relationship between achievement motivation and academic flow with an effective contribution of 40,7%. Minor hypothesis 2 is also accepted because it shows the magnitude of the coefficient between r_{x_2y} of -0.705 with a significance of p of 0.000 ($p < 0.01$) so that there is a very significant negative relationship between academic stress and academic flow and has an effective contribution of 49,7%.

Keywords: *Achievement Motivation, Academic Stress, Academic Flow*